

О безопасном поведении на воде взрослых, детей и подростков.

В жаркую погоду лучший отдых — на берегу водоема

Летом в жаркую погоду лучший отдых — на берегу реки, озера или водохранилища, но надо помнить, что не во всех местах можно купаться. Если на берегу установлен знак «Купаться запрещено», не следует нарушать этого запрета, как бы ни было велико желание искупаться.

Места, где в Калуге запрещено ЗАПРЕЩЕНО купаться:

- Пуховский пруд,
- пруд в микрорайоне "Малиновка" на Ольговке
- пруд на Тарутинской 202а (Ольговка),
- Канищевский пруд,
- пруд на Бушмановке,
- Яченский карьер в Подзавалье,
- пруд Карпятник,
- Яченское водохранилище со стороны Бора.

Печальная статистика свидетельствует, что в нашей стране ежегодно вода уносит более 10 тысяч человеческих жизней. На 100 000 населения гибнет 8-10 человек. Основная причина несчастных случаев при купании — недооценка опасностей и неумение выходить из тяжелой ситуации. Часто человек тонет не потому, что не умеет плавать, а потому, что поддается панике. Чаще всего к трагедии приводят такие причины, как состояние алкогольного опьянения, заплывы на дальние дистанции, купание в штормовую погоду, переохлаждение организма, мышечные судороги, разрывы надувных плавсредств, отсутствие присмотра за детьми, прыжки с высоты.

Безопасность на воде легче всего обеспечить на специально оборудованном пляже, где есть медпункт и спасательные средства.

Места, где в Калуге РАЗРЕШЕНО купаться:

- на Яченском водохранилище (парк «Мир»);
- на Андреевском карьере;
- на озере в районе базы отдыха «Лаврово-Песочня»;
- а водоеме охотничье-рыболовной базы «Рождественские пруды».

Конечно, прогулка на свежем воздухе, и купание в озере или речке, сильно укрепляет организм, и закаляет его. Но кроме этого, непродуманное купание может нанести вред организму. Любой открытый водоем, это источник опасности. И задача каждого человека, соблюдать осторожность в тот момент, когда находишься на воде.

Самое лучшее время отправляться к водоему – с 8 до 10 утра. Или же уже вечером с 17 до 19 часов. В это время солнце не такое палящее, кожа меньше будет поддаваться солнечным лучам, и есть шанс не заработать солнечный, или тепловой удар.

Нельзя купаться сразу после приема пищи, необходимо выдержать некоторое время.

Самым важным в безопасном купании – это умение плавать и хорошо держаться на воде. Хороший пловец может в любой момент помочь себе выбраться из трудной ситуации, или же спасти утопающего. Если человек не уверен в своих силах, то лучше не отплывать далеко от берега.

Лучше купаться на специальных пляжах.

Лучше плавать с кем-то в компании, так не скучно, и подстраховка на всякий случай есть.

Нельзя пройти мимо утопающего, необходимо привлечь внимание окружающих, позвонить спасателям по номеру 112, кинуть ему спасательный круг или любой предмет, который поможет держаться на воде, постараться помочь выбраться из воды.

**С уважением, старший госинспектор
Центрального инспекторского участка
Центра ГИМС Главного управления МЧС России по Калужской области
Кузьмов Михаил Константинович.**